
le journal d'Emilie
LE JOURNAL DE L'APE DE L'ÉCOLE NOUVELLE ÉMILIE BRANDT
La discipline positive & Emilie Brandt p. 7
MAI 2015 - N°4


Dossier
La Discipline Positive & Emilie Brandt
- 1er atelier -

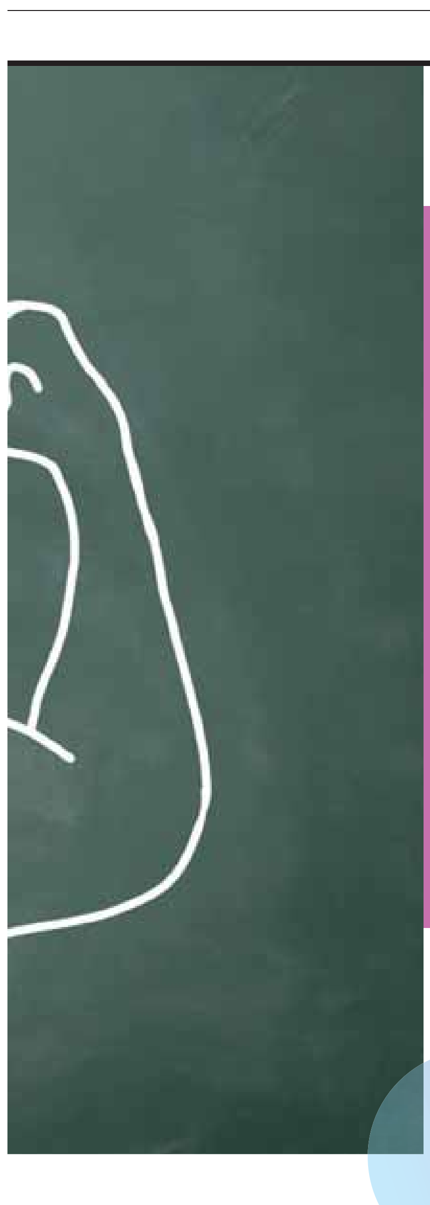


La discipline positive

ou comment éduquer avec fermeté et bienveillance.

Comment la DP est entrée dans l'école Emilie Brandt ?
C'est sur la proposition d'une maman que l'école s'est intéressée à la DP. Béatrice Sabaté forme et apporte les outils de la discipline positive depuis 3/4 ans à l'équipe pédagogique de l'école. La DP recevant un gros écho au sein d'une école « nouvelle » dans laquelle l'attention au rythme et à la parole de l'enfant est déjà au cœur de la pédagogie sur une base Montessori. L'école « nouvelle » étant dès lors un terreau facilitateur.

L'école est ainsi une école pilote de la DP en France. Par ailleurs la discipline positive s'implante aussi dans l'éducation nationale.



1er atelier ouvert à tous les parents de la petite section - maternelle le 14 mars 2015. L'atelier était animé par :

- **Agnès** - (remplaçante de Ramona en JE1 pour les 6 premiers mois de l'année) et formatrice à la discipline positive (ou DP)
- **Chahra** - professeur qui s'occupe depuis 7/8 ans des JE2, enseignait avant en CE/CM, elle est enseignante dans l'école depuis 14 ans
- **Marie** - enseignante dans l'école depuis 10 ans toutes classes, actuellement se partage entre JE1 et CM.
- **Bérangère** - enseigne depuis 15 ans, dont 6 en GS, et poursuit avec toute l'équipe la formation DP.

Étaient présentes sans intervention Ramona, de retour dès le 15 mars dans la classe des JE1, ainsi que Nadine F., la directrice, qui a entièrement filmé cet atelier.

La discipline positive au sein de l'école nouvelle Emilie Brandt :

La discipline positive s'intègre dans l'école nouvelle comme une nouvelle ressource, complétant les compétences psycho-sociales de l'école.

Le train du parcours éducatif roulant sur deux rails : le rail académique et le rail psycho-social.

Les 4 raisons de son approche :

1. Le modèle d'autorité a changé, notre société passant d'un model de hiérarchie vertical (soumission) à un model plus horizontal (pas les mêmes droits, mais le même respect) égalitaire devant le respect.
2. L'enfant est au centre de l'attention familiale. Aujourd'hui il n'est plus possible de voir des enfants laissés à eux-mêmes comme on peut le voir dans « Le ballon rouge » ou « La guerre des boutons ». L'enfant est au cœur des préoccupations des parents.
3. La prise de conscience que l'encouragement est un facteur de réussite à l'école.
4. L'école au centre de la construction de l'enfant et aussi de la préoccupation de ce que l'on veut pour l'enfant ; trouvant là un écho dans l'éducation nationale.

Le respect mutuel, la bienveillance et la fermeté (combiner les 2 ensemble comme une respiration, une autorité juste) sont fédérateurs. Aussi est apparu comme fondamental le rôle d'appartenance en classe.

Exemple : la classe des JE2 est recouverte de scotch, bien collé, l'enseignant propose aux enfants de gratter le scotch ensemble. Phrase d'un enfant : « On est plus fort ensemble ! »



LA DISCIPLINE POSITIVE – DÉFINITION

Discipline : du latin « qui suit une vérité, un maître »

Positif : ce sur quoi je vais appuyer va grandir.

L'encouragement au cœur de l'éducation.

La DP est un processus qui se valorise sur le long terme, avec comme postulat de base un message d'amour.

À la maison, c'est se « connecter », faire sentir que je suis présent « je t'aime, je suis là »

Montrer sa foi en l'enfant, en l'encourageant.

À l'école, ce message d'amour est bien évidemment transposé, il se traduit, par exemple, par l'accueil du matin, un accueil capital, défini par de petites routines qui rendent l'enfant acteur de ce processus et entrainent des responsabilités : se dire bonjour ; « que s'est-il passé ? », prendre la main, se déshabiller et mettre ses chaussons, que veux-tu faire ? …

C'est une démarche qui se vit. Il s'agit de réfléchir au cap éducatif en partant du réel.

PETIT EXERCICE PÉDAGOGIQUE AVEC LES PARENTS PRÉSENTS

Faisons une liste des défis et difficultés :

(Comportements agaçants/les défis que l'enfant nous lance)

Cité : la timidité / le rapport au temps/ la non obéissance / la répétition/ les conflits de fratrie/ l'insolence/ l'autorité différente entre parents/ le perfectionnisme/ l'impatience/ la justification/ la négociation …

Faisons maintenant une liste Cadeaux et Talents :

(En pensant à l'avenir, avec quoi je voudrais qu'il reparte, quelles valeurs ? quels talents ?)

Cité : la confiance en soi/ la liberté d'esprit/ la curiosité/ le sens critique/ l'adaptabilité/ le respect/ savoir choisir/ la joie/ la tranquillité/ l'estime de soi/ l'altruisme/la créativité/la générosité/ l'audace/ l'envie…

La discipline positive est donc un outil pour passer de la première liste à la seconde.

C'est le « comment » plutôt que le « pourquoi ».

Utiliser tout moment pour ce cheminement, se laisser du temps pour l'encouragement.

Exemple donné : on sait que l'enfant va marcher, donc on l'encourage sans jamais avoir de doute sur la finalité, car quoi qu'il arrive nous savons qu'il marchera.

Qu'en est-il avec un adolescent qui a un 02 en maths, comment l'encourager ?

L'erreur, une opportunité d'apprentissage

La DP propose de ne pas se bloquer sur un défi, mais bien de s'en servir pour lui apprendre quelque chose en considérant que l'erreur est une opportunité d'apprentissage.

Ce qui est le cas dans la classe aussi.

Exemple d'un test réalisé aux USA :

Demande est faite aux élèves de définir un classement de ce qui leur semble prioritaire parmi une liste de choix : (notes/bien être/amis/collaboration …)

Réponse des élèves : les amis/être bien dans sa peau …

Même question faite aux parents ;

Réponse des parents : bien dans sa peau /….

Ensuite le test a demandé aux élèves quelle a été, à leurs avis, la réponse première des parents,

Réponse des élèves : les notes….

Démonstration est faite que l'on ne dit pas souvent les cadeaux que l'on veut donner à nos enfants.

L'opportunité d'erreur est une aubaine de travail pour la discipline positive, comprendre quelle est la compétence qui manque à l'enfant, et est-ce que l'enfant a bien compris ?

Pour cela il faut clarifier nos attentes et rendre l'enfant acteur.

Petit exercice pédagogique avec des parents volontaires :

Une série de phrases est dite à l'enfant de deux façons différentes :

« Vas te préparer » (l'enfant va faire, ou pas, sans se questionner)

« Que te reste-t-il à faire avant de te préparer ? » (le rendre acteur, le responsabiliser)

La discipline positive veut emmener l'enfant vers des recherches de solutions

Pour ce faire, à l'école, on se donne un cadre :

Que doit-on faire pour que cela se passe bien, par exemple la séance de regroupement.

Le cadre a été défini avec les enfants, ainsi la ligne de conduite du regroupement est définie : il faut s'écouter, bien s'asseoir …



En parallèle, tout un tas de petites routines quotidiennes entraînant des responsabilités, ainsi qu'une prise de conscience des petits apprentissages (reboucher les feutres, marcher au lieu de courir…).

La minute théorique de la discipline positive

Elle a été théorisée par Alfred Adler, psychanalyste contemporain de Freud, très difficile d'accès, elle a tout d'abord été reprise par un de ses disciples (Rudolf Dreikurs) puis devient pragmatique, et se développe dans les années 80 (Lynn Lott & Jane Nelson).

Les grands points d'Adler :

- L'être humain est social, il vit par le lien ;
- La mise en évidence d'un besoin d'appartenance et de contribution (sentiment d'importance) ;
- L'apprentissage est global, prendre l'enfant comme un tout ressenti et cognitif ;
- L'idée clé du respect mutuel (qui ne veut pas dire pour autant identique) ;
- L'application du système combiné de la fermeté et la bienveillance.

Le cycle adlérien

La perception (d'une expérience par l'enfant) implique une interprétation de celui-ci, donnant naissance a une croyance (erronée, peut-être) qui va donner lieu a une prise de décision comportementale.
La discipline positive va chercher la croyance derrière le comportement afin de rééquilibrer la croyance si elle est erronée.

Différences entre compliments et encouragements

Petit exercice pratique ici encore, deux parents font les « enfants » qui reçoivent. Un parent dit à « l'enfant 1» une série de compliments, puis sur les même thèmes, une série d'encouragement à l'« enfant 2 ».
Impression des parents « enfant »
L'enfant 1 se sent satisfait, content.
L'enfant 2 se sent soutenu et encouragé
L'enfant 1 exprime aussi qu'il aimerait avoir eu, lui aussi, des encouragements.
L'enfant 2 exprime aussi qu'il aimerait avoir eu, lui aussi, des compliments.
Les compliments font du bien, les encouragements insufflent du courage. Les deux sont à combiner.
La DP célèbre ainsi aussi la progression « regarde ce que tu as déjà réussi »
Il s'agit d'encourager en laissant sa place à l'erreur, même psycho-sociale (colère, taper, chahut...) et de s'en servir ;

Les Émotions

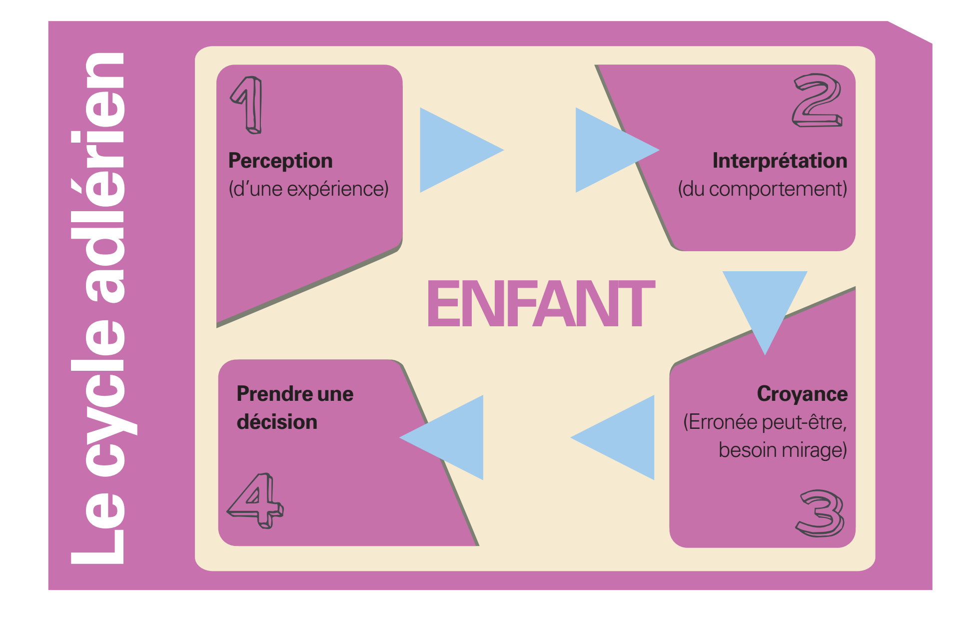
Un enfant fait mieux quand il se sent mieux.

Les 4 émotions : joie, colère, peur, tristesse. Elles sont là, ni bonnes ni mauvaises, il faut les nommer et les gérer. Pour ce faire, un espace dédié a été installé dans les classes, construit avec les enfants.
En JE1 il est l'espace « arc en ciel ».
En JE2 il est l'espace « repose ».
Il n'est pas un lieu de punition, mais un lieu pour aller mieux. C'est un endroit où l'enfant, et/ou l'adulte peut se rendre afin de se recentrer, se reconnecter.
L'espace « arc en ciel » est constitué d'un petit fauteuil posé sous un dessin d'arc en ciel,
Au mur, à coté de l'arc en ciel, il y a aussi une petite roue des émotions (non pas écrites mais dessinées) que l'enfant peut utiliser si envie. C'est un endroit ou l'enfant peut s'il le désire amener son doudou, il ne sera pas jugé.

Les 3 R pour apprendre à réparer ses erreurs

- Reconnaître (je reconnais ma part de responsabilité)
- Réconcilier (je suis désolé d'avoir …)
- Résoudre (la réparation)

J'ai besoin de ton aide, cherchons ensemble une solution.
Dans cette optique d'autres outils ont été créés avec les enfants : la roue de la réparation (se prendre dans les bras, faire un jeu ensemble …) aussi bien que la roue des jeux.



Conclusion :

Les parents présents ont demandé aux enseignants qui appliquent la DP dans l'école depuis maintenant au moins 2 ans, s'ils voyaient une évolution positive ou négative.

La réponse a été positive :
Une meilleure opportunité d'apprentissage grâce à l'erreur (même si cela était déjà le cas avant) et le sentiment que l'acquis est plus rapide.
(L'espace « repose » des JE2 a été mis en place avant la Toussaint en 2014, alors qu'il fut mis en place autour du mois de février en 2013 au cours de la précédente année scolaire).
Aucun point négatif n'a été développé.
Les outils de la discipline positive :

- Le temps de pause
- Avancer étape par étape
- Choisir le bon moment pour encourager
- Exprimer sa confiance
- Construire à partir de ses forces
- Rechercher des solutions
- Se centrer sur la progression plutôt que le résultat
- Se connecter avec l'enfant avant de le corriger
- Voir dans l'erreur et les conflits des opportunités d'apprentissage
- Les 3 R.

Par Claire (maman de Lucie JE1)



La discipline positive
de l'école à la maison

La discipline positive a fait son apparition à Émilie Brandt il y a à peu près 4 ans lorsque Béatrice Sabaté est rentrée des États-Unis avec la méthode. C'est elle qui a signé l'adaptation en français du livre de Jane Nelsen.



Il y a d'abord eu une conférence à destination des parents puis, les personnels enseignants ou non de l'école ayant trouvé cette méthode prometteuse, sa découverte et son approfondissement se sont poursuivis avec la mise en place d'un cycle de formation par an pour les personnels de l'école, puis les cycles pour les parents.

Chacun s'y est mis, à son propre rythme, choisissant les outils qui lui paraissaient les plus adaptés aux situations rencontrées en classe. Le constat a été clair : il y a un désamorçage des situations plus facile et les enfants répondent favorablement à ces échanges.

La préface du livre de Jane Nelsen rédigé par Béatrice Sabaté débute ainsi : « la discipline positive a la force d'un rêve, celui d'éduquer dans la fermeté et la bienveillance sans avoir à choisir entre l'une ou l'autre, de trouver la juste autorité dont les enfants ont aujourd'hui besoin pour déployer leurs ailes dans la coopération et l'autonomie. Le rêve aussi, pour les parents et les enseignants d'aider les enfants à développer des compétences indispensables pour la vie, tout en profitant pleinement d'une relation fondée sur la confiance et le respect mutuel ».

La discipline positive met à disposition des parents et des enseignants un certain nombre d'outils qui permettent cette éducation ferme et bienveillante. Si certains d'entre eux sont exclusivement réservés à la classe, d'autres peuvent être transposés à la maison. Nous avons décidé de vous en donner quelques exemples ici.

Le premier outil est **le temps d'échange en classe ou TEC**. Il s'agit de se réunir régulièrement (une fois par semaine est un bon rythme) afin de parler ensemble des situations qui ont pu créer des conflits ou qui doivent être améliorées afin de rendre le travail ou la vie collective plus fluide, d'apprendre le respect mutuel, à ne pas régler les problèmes à chaud et à se centrer sur la recherche de solutions avec une participation active de l'élève. En famille cela devient **le temps d'échange en famille ou TEF** et participe du même principe.

Chaque TEC ou TEF doit désigner son président (celui qui organise les débats) et son secrétaire (celui qui les retranscrit pour en garder une trace).
Le TEC ou TEF se déroule en plusieurs étapes : d'abord le tour des compliments, pendant lequel chacun prend la parole pour complimenter, apprécier ou remercier les autres participants pour les actions menées durant la semaine écoulée.

Ensuite vient l'ordre du jour, les questions abordées sont celles que chaque membre a souhaité aborder. Chaque question abordée amène à la recherche de solutions, chacun participe pourvu que les solutions proposées suivent la règle des 3R et du A (reliées, respectueuses, raisonnables et aidantes).

Enfin, le TEF se termine par la planification d'un « temps plaisir » à partager en famille pour la semaine à venir.

Les **choix multiples** sont un second outil de la discipline positive. Il s'agit de proposer des choix aux enfants et non d'exiger des enfants qu'ils fassent des choses. Ceux-ci sont donc acteurs et ainsi plus réceptifs. Bien sûr les choix proposés doivent être respectueux, centrés sur les besoins de la situation et liés à la notion de responsabilité. Les choix proposés doivent convenir aux adultes, mais

parfois l'enfant peut proposer une autre alternative tout à fait acceptable. Il convient aussi de préciser que tout ne fait pas l'objet d'un choix, mais que tout sujet peut permettre d'impliquer l'enfant, notamment si une tache doit être effectuée, l'enfant peut toutefois choisir le « quand » et le « comment ».

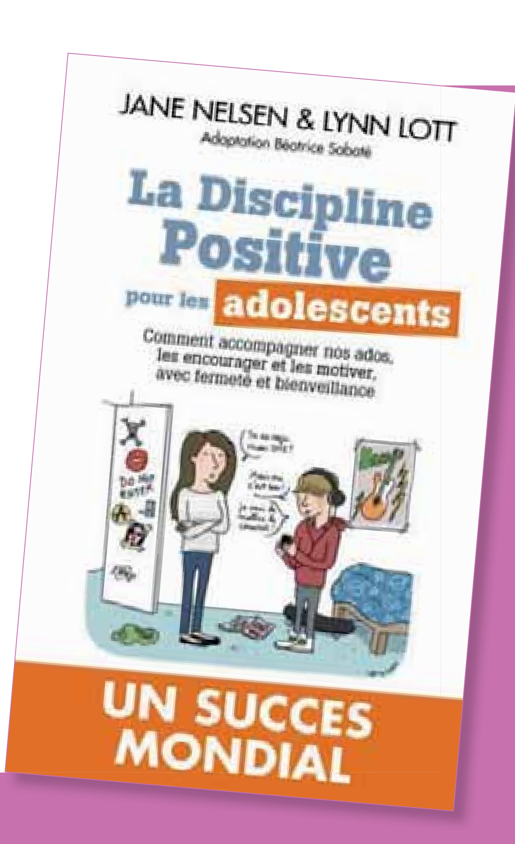
De même, remplacer les « pourquoi » par des « quoi » et « comment » permet également d'ouvrir le dialogue et de rechercher des solutions.

Les **routines** mises en place pendant les TEF avec la participation active des enfants leurs permettent d'accepter leur fonctionnement et donc leur application.

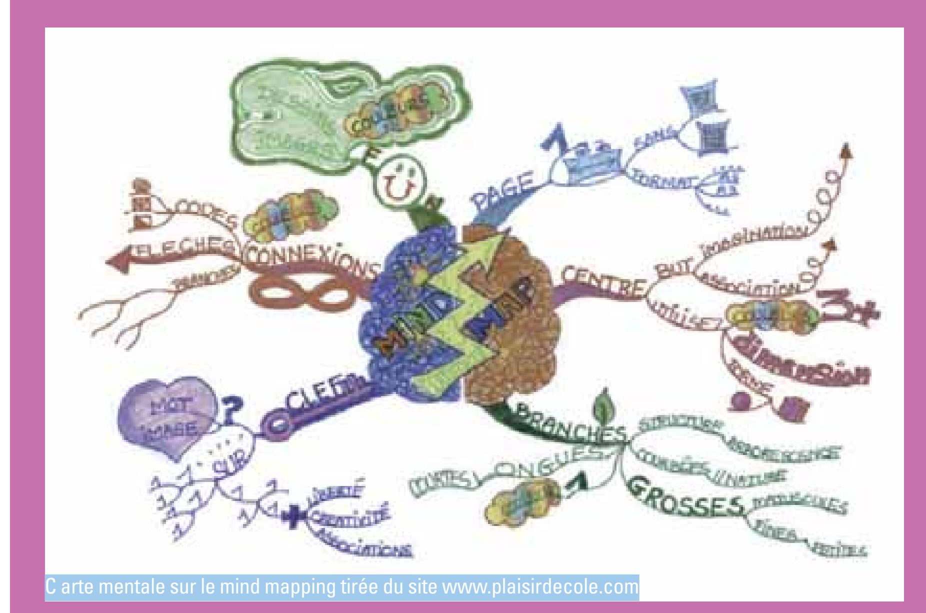
Enfin, la principale source de stress des enfants, surtout les plus petits, réside dans leur incapacité à exprimer ce qui les frustre, attriste,... la **roue des sentiments** est là pour les aider à exprimer leur état d'esprit. De même, le **cerveau dans la main** leur permet de dire stop, je ne suis pas disposé à échanger (c'est mon cerveau reptilien qui a pris le dessus), je vais faire un **temps de pause** et ainsi pouvoir me calmer. Le temps de pause a pour objectif de permettre à l'enfant de se sentir mieux afin de pouvoir accéder à sa capacité de raisonnement et pouvoir ainsi trouver des solutions suivant la règle des 3R et du A.

Il ne s'agit là que de quelques exemples d'outils disponibles. Si vous souhaitez approfondir la lecture, le 2e volume de la discipline positive vient de sortir aux éditions du Toucan, toujours de Jane Nelsen adapté par Béatrice Sabaté. Ce volume est consacré aux adolescents.

Par Marine Defaux



Le mind mapping



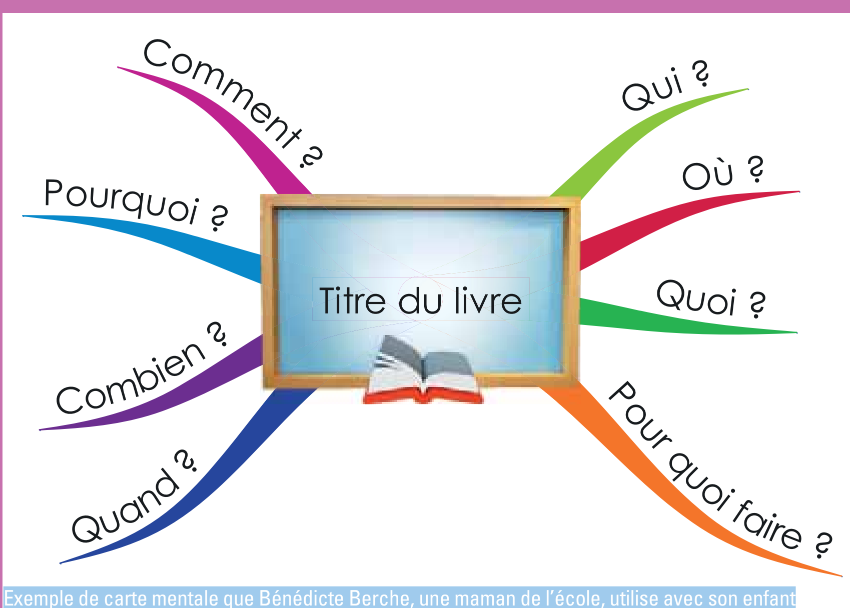
C arte mentale sur le mind mapping tirée du site www.plaisirdecole.com

Qu'est-ce que le mind mapping ?

Le mind mapping, « carte mentale » ou « carte heuristique » en français, est une représentation graphique personnelle d'une idée, un concept, un texte... basée sur un diagramme construit à partir d'un centre (thème ou sujet dessiné en couleurs) duquel sortent dans toutes les directions plusieurs branches (idées principales) et sous-branches (idées secondaires) colorées et associées à des mots-clés et des dessins.

Contrairement à une représentation linéaire (notes classiques, fiches), la carte mentale permet de faire ressortir de façon visuelle les connexions entre les idées. La notion à la base de cet outil est qu'en créant soi-même une carte on l'organise d'une façon personnalisée qui correspond à son propre cheminement mental. En donnant le même texte à représenter à un groupe d'élèves on obtiendra autant de cartes différentes que d'élèves. La mémorisation est plus efficace grâce aux couleurs, aux dessins et à la structure arborescente, qui reproduit le cheminement de la pensée naturelle.

Il existe de nombreux logiciels, gratuits ou payants, qui permettent de créer des cartes mentales sur ordinateur ou tablette, selon le même principe. Un des plus simples et intuitifs a été créé par Tony Buzan, auteur d'ouvrages de divulgation du mind mapping (par exemple en traduction française T. Buzan, J. Harrison, Une tête bien faite, Eyrolles, 2011 ou T. et B. Buzan, Mind map. Dessine-moi l'intelligence, Eyrolles, 2012) : il s'agit d'iMindmap 6 qui peut être téléchargé gratuitement sur Internet. Pour ceux qui ne sont pas très à l'aise avec les outils informatiques, des tutoriels en français sont disponibles sur YouTube.



Exemple de carte mentale que Bénédicte Berche, une maman de l'école, utilise avec son enfant

Mode d'emploi

1) Après avoir lu des textes ou regardé des images ou des vidéos concernant le sujet de l'exposé, l'enfant s'installe dans un lieu confortable, où il se sent à l'aise, avec une grande feuille blanche disposée en « paysage » (format A4 ou A3) et des feutres ou des crayons de couleurs.
2) Il place au centre le sujet, qu'il dessine en couleurs.
3) Il dessine ensuite les idées qui lui viennent à l'esprit sous forme de branches colorées, de façon rapide. Les nouvelles idées sont ajoutées à la branche qui les a fait naître. Il faut tout noter, quitte à répéter la même idée à plusieurs endroits différents.
4) Il regarde la carte à la recherche des associations, oppositions ou répétitions et les visualise en utilisant une couleur différente pour chaque type de lien.
5) S'il en a envie, à ce stade il peut refaire une carte avec une structure différente pour la rendre plus lisible.
6) L'enfant alterne coloriage, production d'idées et décoration, puis fait une pause d'un quart d'heure.
7) Il regarde sa carte pour en percevoir la structure et met des numéros qui indiquent l'ordre dans lequel il va traiter les idées.

Pour approfondir le sujet, www.plaisirdecole.com, site destiné aux enseignants et aux parents, propose une présentation des différents types de carte (mémorisation, imagination) avec des instructions détaillées et des exemples d'application à l'école.

LE MIND MAPPING À L'ÉCOLE EN FINLANDE

Depuis 2000, les élèves finlandais sont aux premiers rangs de la classification du programme PISA (Programme International pour le suivi des acquis des élèves), mené par l'OCDE pour évaluer les performances des systèmes scolaires des Pays membres et non membres. En se penchant sur le système éducatif finlandais, on constate qu'il a été profondément réformé dans les dernières décennies pour intégrer des pratiques innovantes. Parmi celles-ci figure le recours au mind mapping. L'accent est mis sur le rôle actif de l'enfant : on lui apprend à apprendre au lieu de lui transmettre un contenu qu'il devra apprendre par cœur et restituer tel quel. La prise de note sous forme de carte mentale implique une analyse et une élaboration personnelle du contenu présenté en classe et cette participation active de l'élève aide, d'un côté, à maintenir éveillées l'attention et la concentration et, de l'autre, à mémoriser l'information avec un moindre effort en même temps qu'on écrit. Pour en savoir plus, voici un lien vers un reportage de France 3 https://www.youtube.com/watch?v=3Mo1Eyb70pQ.



LE MIND MAPPING

Il a été développé par le psychologue britannique Tony Buzan au début des années '70. Il est le fruit de ses recherches sur le fonctionnement du cerveau et la gestion de l'information. Cet outil peut être utilisé pour stimuler la créativité, mémoriser d'une façon différente, s'organiser ou développer les capacités d'analyse. Aujourd'hui il est répandu dans différents pays et utilisé par des étudiants, des managers, voire même intégré dans l'enseignement scolaire.